

5. Myroshnychenko, Y.S., Romanenko, V.V. (2017). Characteristics of time intervals in technical-tactical teams of junior taekwondo players. *Edinoborstva*, 3, 53-55.
6. Yuhno, Yu. O. (2000). Special strength training of highly qualified judokas in the pre-competition period (Master's thesis). *Natsionalnyi univertytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy*, Kyiv.
7. Yaremko, M. O. (2001). Improvement of speed and power qualities in striking techniques of kickboxers at the stage of preliminary basic training (Master's thesis). *Lvivskiy derzhavnyi universytet fizychnoi kultury*, Lviv.
8. Barley, O.R., Harms, C.A. (2012). Profiling combat sports athletes: Competitive history and outcomes according to sports type and current level of competition. *Sports Medicine – Open*, 7, 63.
9. Bridge, C.A., Ferreira da Silva Santos, J., Chaabène, H., Pieter, W., Franchini, E. (2014). Physical and physiological profiles of taekwondo athletes. *Sports Medicine*, 44, 713-733.
10. Bromley, S.J., Drew, M.K., Talpey, S., McIntosh, A.S., Finch, C.F. (2018). A systematic review of prospective epidemiological research into injury and illness in Olympic combat sport. *British Journal of Sports Medicine*, 52, 8-16.
11. Francino, L., Villarroel, B., Valdés-Badilla, P., Ramirez-Campillo, R., Báez-San Martín, E., Ojeda-Aravena, A., Aedo-Muñoz, E., Pardo-Tamayo, C., Herrera-Valenzuela, T. (2022). Effect of a six week in-season training program on wrestling-specific competitive performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 9325.
12. Martínez de Quel, Ó., Ara, I., Izquierdo, M., Ayán, C. (2020). Does physical fitness predict future karate success? a study in young female karatekas. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 15, 868-873.
13. Sáez de Villarreal, E., Kellis, E., Kraemer, W.J., Izquierdo, M. (2009). Determining variables of plyometric training for improving vertical jump height performance: A meta-analysis. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23, 495-506.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).30  
УДК 796.323.2:93

*Рядова Л. О.*  
*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри здорового способу життя і безпеки життєдіяльності*

*Харківський національний економічний університет імені С. Кузнеця, м. Харків*  
*Рожков В. О.*

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту,*  
*доцент кафедри олімпійського та професійного спорту*  
*Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків*  
*Шутєєв В. В.*

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,*  
*завідувач кафедри фізичного виховання та здоров'я*  
*Харківський національний медичний університет, м. Харків*  
*Тихонова А. О.*

*старший викладач кафедри олімпійського і професійного спорту,*  
*спортивних ігор та туризму*  
*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди,*  
*м. Харків*

*Єварницький І. А.*  
*старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації*  
*Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського*  
*«Харківський авіаційний інститут», м. Харків*  
*Крамаренко В. І.*

*старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації*  
*Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського*  
*«Харківський авіаційний інститут», м. Харків*

## **ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТА ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ СТАНОВЛЕННЯ ГРИ В БАСКЕТБОЛ НА ТЕРЕНАХ УКРАЇНИ**

*Рядова Л. О., Рожков В. О., Шутєєв В. В., Тихонова А. О., Єварницький І. А., Крамаренко В. І. Загальна характеристика та історичний аспект становлення гри в баскетбол на теренах України. Мета дослідження: надати загальну характеристику та розглянути історичний аспект виникнення і розвитку баскетболу на теренах України.*

*Результати дослідження. Надано загальну характеристику гри в баскетбол. Розглянуто історичний аспект становлення зазначеного виду рухової активності на теренах України.*

*Висновки. Баскетбол є командною спортивною грою, мета якої – закинути більшу кількість м'ячів у кошик суперника, та в той же час не дати іншій команді закинути у ваш кошик. Його умовно поділяється на 2 види: масовий та баскетбол вищих досягнень.*

*Баскетбол в Україні є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту. Він відіграє важливу роль у спортивному житті українців. Гра в баскетбол є настільки популярною, що сьогодні ним займаються всі*

верстви населення.

Протягом багатьох років українські баскетболісти займали значне місце у розвитку світового баскетболу.

Чоловіча збірна команда України з баскетболу посідає 12 місце у світі та 7 місце в Європі; жіноча – 8 місце у світі та 5 місце в Європі.

**Ключові слова:** баскетбол, гра, команда, спорт, фізична культура, фізичне виховання, Україна.

**Riadova Liliانا, Rozhkov Vladyslav, Shutieiev Viacheslav, Tykhonova Asia, Yevarnytskyi Ihor, Kramarenko Valentyna.**

**The general characteristics and historical aspect of the formation of the game of basketball in Ukraine.** The purpose of the study: to provide a general description and consider the historical aspect of the emergence and development of basketball in Ukraine.

Results of the study. The general characteristics of the game of basketball are given. The historical aspect of the formation of this type of motor activity in Ukraine is considered.

Conclusions. Basketball is a team sports game whose goal is to shoot more balls into the opponent's basket and at the same time prevent the other team from shooting into your basket. It is conventionally divided into 2 types: mass basketball and basketball of higher achievements. The goal of grassroots basketball is to identify talented young people who have the ability to quickly learn the game and, under the influence of systematic training, can reach the level of high sports achievements in basketball.

Basketball in Ukraine is an important component of the national system of physical culture and sports. It plays an important role in the sports life of Ukrainians. The game of basketball is so popular that all segments of the population play it today.

Systematic basketball training is an effective means of physical education; it has a positive effect on the physical and mental state, the functions of sensory systems and analyzers; it helps to develop perseverance, courage, determination, self-control, initiative, creativity of thinking, and collective action in children, youth, middle-aged and older people.

For many years, Ukrainian basketball players have played a significant role in the development of world basketball.

Ukraine's men's national basketball team is ranked 12th in the world and 7th in Europe; the women's team is ranked 8th in the world and 5th in Europe.

**Key words:** basketball, game, team, sport, physical culture, physical education, Ukraine.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Баскетбол – це популярна спортивна гра. За свою більш ніж вікову історію він став настільки популярним, що сьогодні ним займаються всі верстви населення всього світу – від дітей у дошкільних закладах освіти до спортсменів-ветеранів [5, 6].

Баскетбол складається з природних рухів (ходьба, біг, стрибки) і специфічних рухових дій без м'яча (зупинки, повороти, переміщення приставними кроками, фінти), а також з м'ячем (ловлення, передача, ведення, кидки). Протиборство, метою якого є взяття кошика суперника і захист свого, викликає прояв усіх життєво важливих для людини фізичних якостей: швидкісних, швидкісносилових і координаційних здібностей, гнучкості та витривалості. До роботи залучаються практично всі функціональні системи, включаються основні механізми енергозабезпечення. Досягнення спортивного результату вимагає від гравців цілеспрямованості, наполегливості, рішучості, сміливості, впевненості в собі, почуття колективізму. Такий усебічний і комплексний вплив на тих, хто займається, дає право вважати баскетбол не тільки захопливим видом спорту, але й одним із найбільш дієвих засобів фізичного і морального виховання в різні вікові періоди [4, 6, 9].

Низка науковців [2, 4, 7, 8, 9] відмічає, що заняття баскетболом є ефективним засобом фізичного виховання; позитивно впливають на фізичний та психічний стан, функції сенсорних систем і аналізаторів; сприяють формуванню наполегливості, сміливості, рішучості, самовладання, ініціативності, креативності мислення, колективності дій у дітей, молоді та людей середнього і старшого віку.

За даними Я. С. Бойко, Є. В. Кравчука [2], Т. А. Тучинської, Є. В. Руденко [7], в усіх освітніх установах України баскетбол включений у навчальні програми, використовується в закладах дошкільної, загальної середньої, середньої спеціальної, середньої професійної та вищої освіти, у підготовці спортсменів.

**Мета дослідження:** надати загальну характеристику та розглянути історичний аспект виникнення і розвитку баскетболу на теренах України.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Баскетбол (англ. basket – кошик, ball – м'яч) – це командна спортивна гра. Мета гри: закинути більшу кількість м'ячів у кошик суперника, та в той же час не дати іншій команді закинути у ваш кошик.

Баскетбол умовно поділяється на 2 види: масовий та баскетбол вищих досягнень. Мета масового баскетболу полягає у виявленні талановитої молоді, яка має задатки до швидкого засвоєння спортивної гри, та під впливом систематичних занять здатна вийти на рівень високих спортивних досягнень у баскетболі [8].

На думку В. Б. Горбулі, В. О. Горбулі, О. В. Горбулі [3], Ж. О. Цимбалюк, О. О. Несен, А. В. Мусієнко, І. М. Юрченко [9], баскетбол є командною спортивною грою, результат боротьби в якій прямо залежить від тактичної майстерності як окремих гравців, так і команди в цілому.

Тактична підготовка в баскетболі відіграє важливу роль. Вона спрямована на формування вміння доцільно й ефективно застосовувати засвоєні технічні прийоми в умовах суперництва двох команд.

Тактика в баскетболі – це мистецтво ведення спортивної боротьби, сукупність засобів і способів досягнення найвищого результату, визначальний фактор перемоги у гри.

У баскетболі під тактикою розуміється організація індивідуальних, групових і колективних дій гравців на майданчику, останні реалізуються за допомогою різних систем (організація дій гравців) і комбінацій (узгодження дій гравців).

Тактична підготовка передбачає вивчення гравцями різноманітних прийомів гри, їх варіантів і умов застосування, формування вміння намітити й реалізувати план спортивної боротьби, розвиток здатності уважно спостерігати, швидко реагувати й оцінювати ігрову ситуацію, своєчасно приймати правильні рішення.

Тактика передбачає також уміння раціонально розподіляти свої сили у ході гри, прогнозувати основні варіанти зміни ситуації, обирати оптимальний і доцільний стиль боротьби в кожному конкретному випадку.

Сучасна тактика баскетболу являє собою складний процес взаємодії гравців у нападі та захисті, що спрямована на виконання поставлених завдань і досягнення перемоги. Успіх гри залежить від рівня фізичної, технічної, психологічної та морально-вольової підготовленості баскетболістів, а також засвоєння ними теоретико-методичних основ тактики й тактичних дій.

Відповідно до змісту гри в баскетболі відбувається безперервне чергування між грою в нападі та захисті. А це означає, що кожен гравець повинен не лише активно нападати, а й уміло захищати своє кільце, своєчасно і правильно реагувати на дії суперника, враховуючи розташування гравців команди супротивника, партнерів і місцезнаходження м'яча [3].

Під час матчу безперервно змінюється ігрова ситуація і безпосередній контакт суперників. Неодноразові прискорення темпу руху і стрибки постійно чергуються з раптовими установками та ігровими рухами в повільному темпі. Приблизно до 40% від загального часу гри в баскетбол припадає на максимальну активність гравців. В середньому за один матч під час занять баскетболом учасник долає близько 7 кілометрів і здійснює близько 20 швидкісних ривків, а також виконує велику кількість стрибків з максимальним зусиллям за умови активної силової боротьби.

Різноманітні ігрові ситуації вимагають від учасників гри великого арсеналу рухових вмінь і навичок. У процесі вдосконалення цих умінь досягається значне підвищення рівня фізичної підготовленості людини, що надає позитивний вплив на здоров'я [7].

О. А. Ефімов, І. П. Помещикова [4] зазначають, що національний спорт відіграє важливу роль у формуванні іміджу держави і є візитною карткою України у світі.

Науковці [1, 6, 8] відмічають, що на території України баскетбол з'явився майже одночасно у всіх регіонах в перші роки ХХ ст.

У 1920 р. баскетбол вводиться як самостійний предмет у фізкультурних закладах освіти [4, 5].

Новий для України вид спорту почав культивуватися в 1922 р. у Чернігові, де почали грати в баскетбол при Чернігівському військово-спортивному клубі «Спартак» [4, 6].

У 1922 р. у Чернігові проведено першість міста серед жіночих команд, у якій взяли участь 4 команди. Перше місце посіла команда «Вікторія». Майже одночасно баскетбол культивується в Одесі, Харкові, Києві, Умані (1923 р.), а згодом – у Дніпрі, Запоріжжі, Миколаєві та в інших містах [4].

За даними фазівців [1, 4, 5], баскетбол швидко поширювався і в інших містах України на великих підприємствах в гуртках, що об'єднували робітників і службовців фабрик, заводів і різних підприємств.

Як відмічають науковці [1, 4, 7], 28 жовтня 1923 р. в Одесі в залі першого державного спортивного клубу «Криті ринки» між командами трудшколи й інтернату Червоного Хреста був зіграний перший офіційний баскетбольний матч.

Поступово гра ставала все більш популярною. Цьому сприяла уніфікація правил гри в баскетбол, опублікованих у травні 1923 р. у журналі «Вісник фізичної культури». Факт появи перших команд означає: почав розвиватися новий вид спорту – баскетбол [1, 4, 5, 6, 8].

В Одесі у січні 1924 р. відбулася нарада представників баскетбольних команд, на якому був вибраний Комітет ліги. На початку лютого пройшли календарні матчі серед 12 чоловічих, 3 жіночих і 5 підліткових команд [7].

У січні 1924 р. було затверджено положення про проведення II Всеукраїнської спартакіади, яка мала відбутися у серпні 1924 р. в м. Харкові. У положенні, опублікованому в лютому номері журналі «Вісник фізичної культури», баскетбол було введено, як окремий вид спорту, до офіційної частини змагань.

На II Всеукраїнській спартакіаді 1924 р. в Харкові були проведені змагання чоловічих команд. В них взяли участь лише 4 команди. У фіналі збірна Чернігова перемогла харків'ян (14:12), одесити перемогли команду Києва у матчі за 3-тє місце [4, 5, 6].

Влітку 1925 р. Всеукраїнський спортивно-технічний комітет затвердив правила гри і устаткування майданчиків, що сприяло проведенню перших Всеукраїнських ігор з баскетболу (Одеса, 2–6 лютого 1927 р.). В них взяли участь 6 чоловічих команд (м. Київ, м. Одеса, м. Полтава, м. Кременчук, м. Тульчин, м. Харків) та дві жіночі команди (м. Одеса, м. Бердичев) [4]. Перемігши усіх суперників, першими чемпіонами України стали жіноча і чоловіча команди Одеси [4, 5].

Дані В. М. Пасічник [6] свідчать про те, що у 1927 р. з'явилися видані українською мовою перші правила гри, посібники, які користувалися великим попитом і були досить корисними на початку становлення української школи баскетболу.

Баскетбол стає в Україні одним з найпопулярніших видів спорту. Наприклад, в чемпіонаті м. Одеси в 1927 р. взяли участь 150 команд. У подальшому змагання з баскетболу проводилися в багатьох містах України [5].

У 1930-ті роки Харків став головним методичним центром українського спорту. У 1930 р. в місті було відкрито інститут фізичної культури. На базі інституту діяли шестимісячні курси підготовки керівників фізкультури для колективів фізичної культури і шкіл. До програми цих курсів був включений і баскетбол [4, 5].

З 1934 р. першості України проводяться регулярно. Другий чемпіонат України було проведено у квітні 1934 р. Більшість команд, що взяли участь у чемпіонаті, формувалися з молодих гравців, рівень гри котрих був різноманітним. Найсильнішими виявилися чоловіча та жіноча команди м. Одеси. Команди м. Києва здобули друге місце.

З 1937 р. першість України проводилася серед клубних команд. Найсильнішою жіночою командою України стала київська команда «Динамо», яка залишається лідером національного баскетболу до сьогодні.

У 1954 р. команди України вперше взяли участь у міжнародних змаганнях. Чемпіон Києва жіноча команда товариства «Медик» з рахунком 50:49 перемогла молодіжну збірну Китаю. А чемпіон України жіноча команда «Динамо» (Київ) виграла у збірної Китаю з рахунком 59:41 [4, 5, 6].

Плідна робота з підготовки резерву сприяла появі в Україні у 50-ті роки гравців нової формації серед чоловіків, що стало початком успіхів українського баскетболу на міжнародній арені.

З 1960-х років український баскетбол асоціюється з київським «Будівельником» (з 1944 по 1961 рр. команда формувалася на базі студентів Київського інституту фізичної культури під назвою «СКІФ»). Саме ця команда була базовою

командою формування збірної України впродовж чотирьох десятиліть. Крім «Будівельника», успішно виступали баскетболісти Київського клубу СКА.

На міжнародній арені серед українських баскетболістів першими успіху досягли жінки. Згодом до них приєдналися і чоловіки [4, 5].

О. А. Ефімов, І. П. Помещикова [4], В. М. Пасічник [6] зазначають, що у 1995 р. національна збірна жіноча команда незалежної України вперше виграла звання чемпіона Європи.

Як відмічають О. А. Ефімов, І. П. Помещикова [4], О. О. Мітова, В. В. Грюкова [5], під керівництвом В. Рижова збірна команда незалежної України вперше взяла участь в олімпійському турнірі в Атланти-1996 і зайняла почесне 4-те місце.

На Іграх XXV Олімпіади у Барселоні (1992 р.) українські спортсменки завоювали золоті олімпійські медалі.

Світова практика свідчить про масовий розвиток міні-баскетболу, який практично відсутній в Україні. Відомо, що діти 6–7 років успішно оволодівають азбукою баскетболу і з 8-річного віку починають регулярно тренуватися у секціях та виступати у змаганнях. Зважаючи на це, першочерговим завданням є значне збільшення кількості дітей, які займаються у секціях з міні-баскетболу, з тим, щоб баскетбол у школі став одним з головних засобів реалізації шкільної програми з фізичного виховання учнів.

Невпинно зростаюча конкуренція на міжнародній спортивній арені покладає на фахівців (тренерів, науковців, провідних спеціалістів) завдання щодо розробки нових теоретичних положень тактики та стратегії гри, оптимізації навчально-тренувального процесу на основі загальних закономірностей та принципів ведення спортивної боротьби у грі баскетбол.

Із здобуттям Україною статусу незалежної країни, національний баскетбол вийшов на міжнародну арену [4].

У 1991 р. було проведено установчу конференцію ФБУ, де президентом вибрано Бориса Корбана. В Дніпрі 1992 р., відбулася позачергова сесія ФБУ, на якій внесені зміни до Статуту та обрано нового президента, – М. К. Осипова.

28 лютого 1992 р. є офіційною датою створення ФБУ.

10 липня 1992 р. ФІБА визнала ФБУ своїм новим членом.

Розпочався новий етап розвитку баскетболу в країні з першого Чемпіонату 1992 р., прийняло участь 8 чоловічих та 7 жіночих команд. Наступний сезон 1992-1993 рр. нараховував 36 чоловічих та 18 жіночих колективів, така кількість і наступних III-го і IV-го чемпіонатів.

Відчувались кадрові проблеми, відсутність тренерів, помітна слабка підготовка гравців та техніко-тактична підготовка команд, фінансові проблеми призводили того, що не платилась заробітна плата, виїзди за кордон стали проблемою, не приймали іноземців. Важкі часи перебудови тривали декілька років. Ситуація почала налагоджуватися з появою а змаганнях закладів вищої освіти, саме тоді утворилася Студентська Ліга, почали з'являтися іноземці.

Четвертий Чемпіонат проведений з рекордною кількістю команд: 38 чоловічих, жіночих – 22 вищої і 22 першої ліги.

Вже починаючи з п'ятого Чемпіонату змагання у жінок розділялися на дві окремі ліги – вища і перша ліга. В чоловічому чемпіонаті утворились вища, перша і друга ліга. Баскетбол набирав обертів, налагоджувалась робота суддівської колегії, розроблено всеукраїнську спортивну кваліфікацію, видаються методичні посібники.

Помітні кадрові резерви знову на сезон 1997-1998 рр., стрімко падає жіночий чемпіонат – 9 команд. Кращі спортсменки виїжджають за кордон, погіршилось фінансування клубів, зникли спонсори, виникають проблеми з кадрами, кількість баскетболістів зменшалась на 37%. Деякі області не брали участь у жодних заходах з 1993 р. Відсутність спортивних майданчиків і залів істотно впливає на розвиток в регіонах, баскетбол потребує значного удосконалення.

За часи становлення України баскетбол зазнав як злетів так і падінь, робота тривала і збільшувались міста, де баскетбол набував популярності. Федерація працювала над постійними питаннями про підвищення техніко- тактичного рівня баскетбольних команд, тоді виникла ідея створення Всеукраїнської Юнацької Баскетбольної Ліги (ВЮБЛ). Розпочалась історія з 2002 р., і вже в першому Чемпіонаті взяло участь 27 команд.

ФБУ чітко організовує та планує роботу своїх осередків, після обрання нового президента – З. М. Хромасва, збільшилась кількість представників в федерації. Кількість колективів у чемпіонатах України зростає, помітна якісніша гра учасників, адже постійні семінари для тренерів дають відповідний результат.

За ініціативи федерації 2006-2007 рр. створюється Студентська Ліга, 2005 р. – Аматорська Ліга. Популярність ліги одразу засвідчує факт, що в I Чемпіонаті взяло участь 75 колективів.

Наступною формою популяризації баскетболу серед населення України стало створення Української Баскетбольної Ліги (УБЛ) 2008 р., президентом Ліги – М.Ю. Броцький. УБЛ спільно з ФБУ організовує заходи серед дітей, підлітків, гравців вищої спортивної майстерності. Об'єднавши 22 професійні команди УБЛ реалізовує декілька нових проектів: «Матч зірок УБЛ», «Фінал чотирьох УБЛ». Популярність Ліги зростала і вже в 19-ому Чемпіонаті України, сезон 2009-2010 рр. представлено 338 команд, що беруть участь у вищій, першій, другій лігах. Впродовж чотирьох років, з 2007 по 2011 рр., задля підвищення рівня майстерності підготовки тренерів, ФБУ проводить 23 семінари, в яких взяло участь 1216 осіб.

Зростає позитивна статистика розпочатого будівництва спортивних залів з обранням нового президента 2015 р. – Михайла Броцького. Долучено низку партнерів та спонсорів, що вирішують фінансові проблеми як федерації так і команд учасників. У серпні 2015 р. федерація уклала угоду з МінМолодьСпорту, про допомогу в отриманні фінансування на організацію та проведення змагань, удосконалювалось питання законодавчої діяльності, підвищення заробітної плати тренерам-викладачам ДЮСШ. Приділена увага 25 регіональним осередкам, сприяють пошуку вирішення спонсорської допомоги для обласних федерацій, де в результаті прийнято рішення перераховувати 50% внесків за ліцензії гравців до областей.

Під постійним контролем не лише робота ДЮСШ, а й спеціалізованих шкіл, не припиняють проводити семінари, збори, наради. Велика увага приділена відродженню жіночого чемпіонату, що сильно зазнав кризи через нестачу фінансування.

Популяризації баскетболу сприяв розвиток вуличного баскетболу 3х3. Створення окремої федерації у 2006 р., спочатку під назвою «Федерація вуличного баскетболу», пізніше – «Федерація баскетболу 3х3 України» або «ФБУ 3х3» у 2013 р. зробили популярність настільки великою, що в рік проводились до 200 турнірів.

У баскетболі 3х3 досягнуті великі успіхи жіночої збірної – срібло Європейських ігор, 2016 р. – срібло Чемпіонату світу у

Китаї, за що отримала нагороду «Команда року», 2017 р. – бронзу чемпіонату світу в Німеччині. 2018 р. – бронза Чемпіонату Світу.

Чоловічий колектив збірної України з баскетболу 3x3 показує неймовірні переможні результати: 2017 р.– бронза Чемпіонату Європи, зокрема, чоловіча збірна команда є багаторазовим учасником чемпіонату світу та Кубка європейських чемпіонів. Наразі Україна посідає 8 місце в світі у загальній класифікації та 5 місце в Європі.

Чоловіча збірна команда України з баскетболу посідає 12 місце у світі та 7 місце в Європі; жіноча – 8 місце у світі та 5 місце в Європі [1].

Найбільш титулованою серед українських команд вважається київський «Будівельник». Ця Команда є першим чемпіоном незалежної України, в минулому утримуючи титул першості шість разів поспіль. Варто відзначити, що українські баскетбольні команди завжди відкриті для іноземних спортсменів. Так, у більшості з них давно грають легіонери з різних країн світу, які займають гідне місце в основному складі команди. Іноземні гравці гордо захищають інтереси українських клубів у національній лізі, а також досить успішно представляють команди на міжнародних баскетбольних змаганнях [7].

**Висновки.** Баскетбол є командною спортивною грою, мета якої – закинути більшу кількість м'ячів у кошик суперника, та в той же час не дати іншій команді закинути у ваш кошик. Його умовно поділяється на 2 види: масовий та баскетбол вищих досягнень. Мета масового баскетболу полягає у виявленні талановитої молоді, яка має задатки до швидкого засвоєння спортивної гри, та під впливом систематичних занять здатна вийти на рівень високих спортивних досягнень у баскетболі.

Баскетбол в Україні є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту. Він відіграє важливу роль у спортивному житті українців. Гра в баскетбол є настільки популярною, що сьогодні ним займаються всі верстви населення – від дітей у дошкільних закладах освіти до спортсменів-ветеранів.

Систематичні заняття баскетболом є ефективним засобом фізичного виховання; позитивно впливають на фізичний та психічний стан, функції сенсорних систем і аналізаторів; сприяють формуванню наполегливості, сміливості, рішучості, самовладання, ініціативності, креативності мислення, колективності дій у дітей, молоді та людей середнього і старшого віку.

Протягом багатьох років українські баскетболісти займали значне місце у розвитку світового баскетболу.

Чоловіча збірна команда України з баскетболу посідає 12 місце у світі та 7 місце в Європі; жіноча – 8 місце у світі та 5 місце в Європі.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у дослідженні впливу занять баскетболом на фізичний стан та активність функцій систем і аналізаторів здобувачів закладів вищої освіти.

#### Література

1. Балацька Л. В., Головачук В. В. Особливості розвитку історичних етапів баскетболу в Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 2 (130) 21. С. 26–29.

2. Бойко Я. С., Кравчук Є. В. Конспект лекцій з дисципліни «Баскетбол» (для студентів усіх спеціальностей Академії з дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична культура»). Харків : Харк. нац. акад. міськ. гос-ва. ХНАМГ, 2009. 39 с.

3. Горбуля В. Б., Горбуля В. О., Горбуля О. В. Баскетбол: тактика гри та методика навчання : навч.-метод. посіб. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2017. 90 с.

4. Ефімов О. А., Помещикова І. П. Основи баскетболу : навч. посіб. Харків : ХДАФК, 2011. 108 с.

5. Мітова О. О., Грюкова В. В. Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання. Дніпропетровськ : Інновація, 2016. 110 с.

6. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2015. 78 с.

7. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100 с.

8. Фізичне виховання: секційна форма організації навчального процесу (розділ «Баскетбол») : навч. посіб. / уклад. Д. О. Миргород, О. В. Церковна. Харків : Нац. ун-т «Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого», 2012. 84 с.

9. Цимбалюк Ж. О., Несен О. О., Мусієнко А. В., Юрченко І. М. Баскетбол та його різновиди у фізичній культурі дітей : навч.-метод. посіб. Харків : ХНПУ, 2022. 114 с.

#### References

1. Balatska, L. V., & Holovachuk, V. V. (2021). Osoblyvosti rozvytku istorychnykh etapiv basketbolu v ukraini [The features of the development of historical stages of basketball in Ukraine]. O. V. Tymoshenka (Eds.), *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii № 15. Naukovo pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* – Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports) : zb. naukovykh prats. (Vols. 2 (130) 21), (pp. 26–29). Kyiv : Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova (in Ukrainian).

2. Boiko, Ya. S., & Kravchuk, Ye. V. (2009). *Konspekt lektsii z dystsypliny «Basketbol» (dlia studentiv usikh spetsialnostei Akademii z dystsyplin «Fizyчне vykhovannia», «Fizychna kultura»)* [Lecture notes on the discipline «Basketball» (for students of all specialties of the Academy in the disciplines «Physical Education», «Physical Culture»)]. Kharkiv : Khark. nats. akad. misk. hos-va. KhNAMH (in Ukrainian).

3. Horbulia, V. B., Horbulia, V. O., & Horbulia, O. V. (2017). *Basketbol: taktyka hry ta metodyka navchannia [Basketball: game tactics and teaching methods]*. Zaporizhzhia : Zaporizkyi natsionalnyi universytet (in Ukrainian).

4. Efimov, O. A., & Pomeschchikova, I. P. (2011). *Osnovy basketbolu [Basketball basics]*. Kharkiv : KhDAFK (in Ukrainian).

5. Mitova, O. O., & Hriukova, V. V. (2016). *Basketbol: istoriia rozvytku, pravyla hry, metodyka navchannia [Basketball: history of development, rules of the game, teaching methods]*. Dnipropetrovsk : Innovatsiia (in Ukrainian).

6. Pasichnyk, V. (2015). *Teoriia i metodyka vykladannia basketbolu [Theory and methods of teaching basketball]*. Lviv : LDUFK (in Ukrainian).

7. Tuchynska, T. A., & Rudenko, Ye. V. (2015). *Basketbol [Basketball]*. Cherkasy : ChNU imeni Bohdana Khmelnytskoho (in Ukrainian).
8. Myrhorod, D. O., & Tserkovna, O. V. (Uklad.) (2012). *Fizychnе vykhovannia: sektsiina forma orhanizatsii navchalnoho protsesu (rozdil «Basketbol») [Physical education: sectional form of organization of the educational process (section «Basketball»)]*. Kharkiv : Nats. un-t «Iuryd. akad. Ukrainy im. Yaroslava Mudroho» (in Ukrainian).
9. Tsybaliuk, Zh. O., Nesen, O. O., Musienko, A. V., & Yurchenko, I. M. (2022). *Basketbol ta yoho riznovydy u fizychnii kulturi ditei [Basketball and its varieties in children's physical education]*. Kharkiv : KhNPU (in Ukrainian).

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).31  
УДК: 433.15: 275.012.6

**Сірман О.В.**  
кандидат педагогічних наук  
Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені  
академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне  
**Боровець О.В.**  
кандидат біологічних наук, доцент  
Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені  
академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне

#### ПРОГРАМА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ДЦП PROGRAM OF PHYSICAL REHABILITATION FOR SCIENCE

Охарактеризовано захворювання нервової системи, проявом якого є порушення рухів, рівноваги та положення тіла, яке виникає внаслідок вад розвитку мозку або пошкодження його частин, які контролюють м'язовий тонус та моторну активність, у багатьох також розвиваються супутні патологічні стани: судоми, проблеми зі слухом, зором, вимовою, розумовою відсталістю тощо що є однією з найбільш частих причин інвалідності в дитячому віці: Розглянуто сучасних літературних джерел з емпіричними напрацюваннями вчених у практиці реабілітації дітей із ДЦП, визначилися основні засоби лікування із сучасними підходами у фізичній реабілітації даних патологій у світовій практиці. Висвітлено програму фізичної реабілітації, яка дозволяє найбільш економічно і раціонально підійти до вирішення проблеми реабілітації хворих із ДЦП. Програма надає виражений позитивний вплив на клінічний перебіг захворювання, ефективність її залежатиме від послідовності дій, які необхідно здійснити щоб відновити рухові функції з використанням засобів і методів та принципів фізичної терапії. Засоби фізичної терапії покращують зовнішній вигляд і координацію рухів, зміцнюють ЦНС, дихальну, серцево-судинну функцію (ССС), збільшує силу і витривалість м'язів, нормалізують м'язовий тонус, стимулюють функції м'язів, зменшують трофічні розлади, зміцнюють ослаблені м'язи. що покращило рухливість у суглобах, координацію рухів і рівноваги. Завдяки засобам фізичної терапії розширилась загальна рухова активність дитини, т розвинулися швидкісно-силові якості, гнучкість, антропометричні дані, що є найважливішим компонентом в корекції ДЦП.

**Ключові слова:** Фізична реабілітація, ЛФК, масаж, фізіотерапія, ЦНС, програма ДЦП.

**Elena Sirman, Oksana Borovets, Program of physical rehabilitation for science.** Diseases of the nervous system are characterized, the manifestation of which is a violation of movements, balance and body position, which occurs as a result of malformations of the brain or damage to its parts that control muscle tone and motor activity, many also develop accompanying pathological conditions: seizures, hearing problems, vision, pronunciation, mental retardation, etc., which is one of the most frequent causes of disability in childhood. Modern literary sources with empirical findings of scientists in the practice of rehabilitation of children with cerebral palsy were considered, the main means of treatment with modern approaches in the physical rehabilitation of these pathologies in world practice were determined. The program of physical rehabilitation, which allows the most economical and rational approach to solving the problem of rehabilitation of patients with cerebral palsy, is highlighted. The program has a pronounced positive effect on the clinical course of the disease, its effectiveness depends on the sequence of actions that must be performed to restore motor functions using means and methods and principles of physical therapy. Means of physical therapy improve the appearance and coordination of movements, strengthen the central nervous system, respiratory, cardiovascular function (CSS), increase the strength and endurance of muscles, normalize muscle tone, stimulate muscle functions, reduce trophic disorders, strengthen weakened muscles. Thanks to the means of physical therapy, the general motor activity of the child has expanded, speed-strength qualities, flexibility, and anthropometric data have developed, which is the most important component in the correction of cerebral palsy.

**Key words:** Physical rehabilitation, Physical rehabilitation, physical therapy, massage, physiotherapy, CNS, cerebral palsy program.

**Постановка проблеми.** Дитячий церебральний параліч (ДЦП) є однією із самих актуальних проблем в дитячій реабілітації. Це обумовлено великою розповсюдженістю органічних уражень, складністю і багатогранністю клінічних проявів і патофізіологічних механізмів їх розвитку, важкістю протікання і великим відсотком інвалідності, складностями у лікуванні і реабілітації дітей з цією багатовисхідною патологією.